

健康は積み重ねから始まる！ 生活習慣見直しチャンス！

問 保健センター(☎27-6290)

生活習慣病とは？

生活習慣病とは、食習慣や運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が病気の発症・進行に深く関わる疾患の総称です。生活習慣病には、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの自覚症状のない病気や命に関わる心臓や脳の病気などさまざまなものがあります。

生活習慣病って、何が問題？

生活習慣病の多くは、発病してもかなり進行するまで自覚症状がほとんど現れないため、健康診査などで生活習慣病のリスクを指摘されても、なかなか自覚しにくいものです。自覚症状が現れないとはいえ、「不健康な生活習慣」の影響は確実に身体の負担として蓄積されていき、やがて心筋梗塞や狭心症、脳梗塞、脳出血など、より深刻な病気を引き起こします。これらを防ぐためには、今すぐ生活習慣を見直し、バランスの取れた食事や適度な運動を取り入れることが重要です。また、年に1回は健康診査を受け、自分自身の健康をチェックしましょう。



特定健康診査を受け忘れていませんか

本市では、生活習慣病の予防や早期発見、認知症の早期発見のため、特定健康診査を実施しています。健診をまだ受けていない人は、集団または個別健診を受けてください。自己負担金は無料です。

※受診券がない場合は、国民健康保険課(☎27-2737)または保健センターに問い合わせるか、専用HPから申し込んでください
※社会保険などに加入している人は、加入している保険者に確認してください

対 次のいずれかに該当する人

- 国民健康保険に加入している40歳から74歳までの人で、令和7年度の間人ドック補助金申請をしていない人および予定していない人
- 生活保護を受給している40歳以上の人

【集団健診(40~64歳)】

時 10月17日(金)・20日(月)の午前9時30分~11時30分、午後1時30分~3時、午後5時~7時

場 保健センター(大手町)

※予約は不要です

【個別健診(40~74歳)】

事前に医療機関へ連絡し、予約を取ってから受診してください。

時 11月29日(土)まで

場 指定医療機関

◀受診券の発行はこちら



▶健診について詳しくはこちら



国民健康保険(40歳以上)・後期高齢者医療制度に加入している人へ

人間ドック補助金申請はお済みですか？

40歳以上の市の国民健康保険(国保)加入者と、後期高齢者医療制度加入者を対象に、人間ドック・脳ドックの検診費用の一部を補助します。補助を希望する人は、事前に各自で指定医療機関を選択し予約をしてから、補助金申請をしてください。

問 国民健康保険加入者=国民健康保険課(☎27-2737)

後期高齢者医療制度加入者=年金医療課(☎27-2739)

対象

補助金申請日および検診当日に、本市の国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入していて、令和8年3月31日時点で次の年齢に該当する人

※国民健康保険加入者の場合、特別療養費の対象者を除く

※後期高齢者医療制度加入者の場合、保険料を完納している人

●人間ドック=40歳以上の人

●脳ドック=40・45・50・55・60・65・70歳、75歳以降5歳ごとの年齢に達する人

※国民健康保険加入者で75歳になる人と、後期高齢者医療制度加入者は「1泊2日人間ドック」と「脳ドック」のみの申し込みはできません

申請の流れ

1 検診日を予約

予約の際は資格確認書または資格情報のお知らせを用意してください。

検診の実施期間 令和8年3月まで

検診の種類 1日人間ドック・1泊2日人間ドック・1日人間ドックおよび脳ドック・脳ドック

指定医療機関 石井病院・伊勢崎佐波医師会病院成人病検診センター・伊勢崎市民病院検診センター・群馬県健康づくり財団・鶴谷病院健診センター・伊勢崎健診プラザ・角田病院健診センター
※受診できる検診の種類・検査項目は医療機関によって異なります

2 補助金の申請

申請方法は下表のとおりです。申請期間内に補助金の申請をしてください。申請後、「補助金交付決定通知書」が郵送されます。内容に間違いがないか確認し、検診当日に補助金交付決定通知書を持って医療機関へ行ってください。

申請期限 検診日が11月から令和8年3月までの人→9月30日(火)まで(必着)

※10月31日までに受診する人の補助金申請の受け付けは終了しました

申請方法

インターネット	市HPから申請してください。 ※国民健康保険加入者と後期高齢者医療制度加入者で申請ページが異なりますので、注意してください	
郵送	申請書に必要事項を記入し、国民健康保険課または年金医療課に郵送してください。郵送用の申請書類は市HPからダウンロードするか、問い合わせてください。 宛先 ●国民健康保険加入者 〒372-8501 (住所不要) 市役所国民健康保険課 ●後期高齢者医療制度加入者 〒372-8501 (住所不要) 市役所年金医療課	
窓口	場 ●市役所=国民健康保険課・年金医療課 ●各支所=市民サービス課 時 平日の午前8時30分~午後5時15分 ※各支所は正午から午後1時までを除きます 用意する物 ●次の書類からいずれか1点=資格確認書・顔写真付きの本人確認書類(運転免許証やマイナンバーカードなど)・マイナポータル上の資格情報画面または画面を印刷した物 ●特定健康診査受診券(40歳から74歳までの国民健康保険加入者) ●後期高齢者健康診査受診券(後期高齢者医療制度加入者)	

お願い 申請時に検診予定日、人間ドックの種類、医療機関が分かるようにしておいてください

注意事項 ●期限までに補助金申請をしないと、検診費用は全額自己負担となります
●人間ドックを受ける人は、特定健康診査や後期高齢者健康診査は受診できません。重複して受診した場合、人間ドックの検診費用は全額自己負担となります

補助金申請について、詳しくは本紙4月号または市HPを確認してください